NÚMERO

24

PUBLICACIÓN DE DISTRIBUCIÓN GRATUITA

EDICIÓN DE COLECCIÓN

CONSUMÁN

DEFENSOR DE LOS DERECHOS DE LOS CONSUMIDORES

HOY LES PRESENTAMOS:

¡CONSUMÁN VS. LAS LEYENDAS DEL TERROR!

Profeco
35 años contigo

CONSUMÁN
DEFENSOR DE LOS DERECHOS DE LOS CONSUMIDORES

Busca el perfil de **Consumán** en **facebook.com/consuman**

Procurador Federal del Consumidor
Antonio Morales de la Peña

Coordinadora General de Educación y Divulgación
Mónica Braun Guillén

Director General de Difusión
Rodrigo Xoconostle Waye

Director Editorial
Pablo García Camarero

Directora de Arte y Diseño
Silvia Peraza de Prado

Guion: Mr. Ruiz
Dibujos: JC Chaparro

Consumán es una publicación gratuita de la Procuraduría Federal del Consumidor (**Profeco**). No se autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. Se autoriza expresamente su reproducción total o parcial, siempre que se utilice para orientación y se indique su procedencia.

Impreso en Talleres Gráficos de México, Av. Canal del Norte 80, col. Felipe Pescador, México, DF
Editor responsable: Rodrigo Xoconostle Waye.
Tiraje: 50 mil ejemplares.

EN LA CASA DE CAMPO DE **CONSUMÁN**, A LAS AFUERAS DE **CIUDAD CONSUGÓTICA**.

LOS MITOS Y LEYENDAS SON PARTE DE NUESTRAS TRADICIONES ANCESTRALES... PERO ¿QUÉ SUCEDE CUANDO ESTOS RELATOS NO SON ÚNICAMENTE SOBRE **FANTASMAS** O **BRUJAS** QUE NOS LLEVAN AL CERRITO Y NOS VUELVEN CALABACITO, SINO SOBRE **LOS PRODUCTOS QUE CONSUMIMOS**?

¿YA LES DIO MIEDO? PUES A MÍ LA VERDAD SÍ. (NO CREAN QUE LOS NARRADORES DE CÓMIC SOMOS DE PALO Y NO SENTIMOS.)

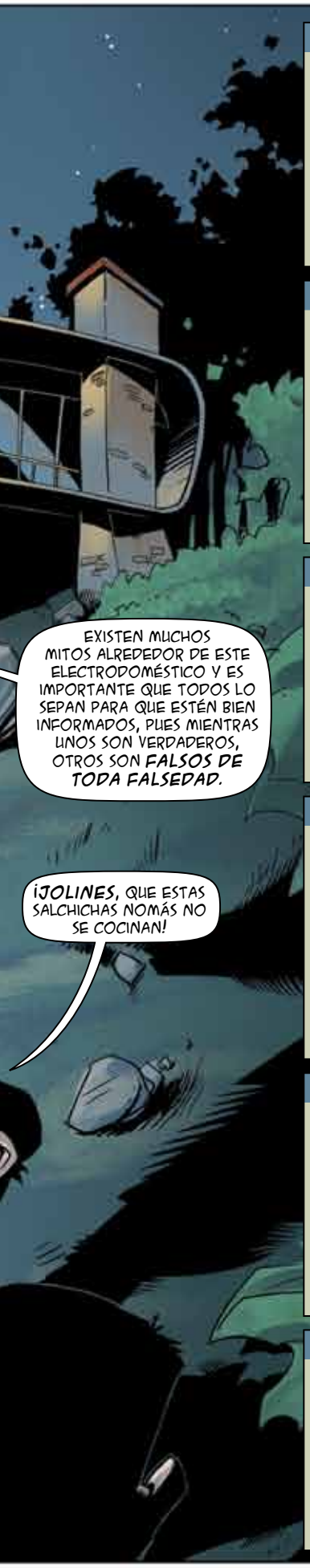
BUENO, MEJOR DEJEMOS QUE **CONSUMÁN** NOS ILUMINE SOBRE **CIERTAS HISTORIAS** QUE, SEGURO, TE CONTÓ UN AMIGO O RECIBISTE POR CORREO ELECTRÓNICO.

EJEM... DESPUÉS DE HABERME ECHADO TODAS LAS CANCIONES DE **SILVIO RODRÍGUEZ, JOAQUÍN SABINA, FERNANDO DELGADILLO Y LADY GAGA**, COMO QUE SE ME ANTOJARON UNAS PALOMITAS.

RAMIRO, ¿PODRÍAS METER EL PAQUETE QUE TRAJE AL **MICROONDAS**?

OYE, **CONSU**, ¿POR QUÉ MEJOR NO CALIENTAS TUS PALOMITAS EN OTRO LADO? DICEN QUE **EL MICROONDAS ES COMO EL DIABLO**...

¿QUIÉN LE DIJO ESO, **DOÑA EUSTAQUIA**?



MITO #1

Los microondas destruyen las moléculas de las vitaminas y demás nutrientes que se encuentran en los alimentos.

Falso: según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la comida calentada o cocinada en el microondas no pierde sus valores nutrimentales, a menos que se sobrepase la cocción o el tiempo de calentamiento, lo que puede ocurrir igualmente al utilizar la estufa.

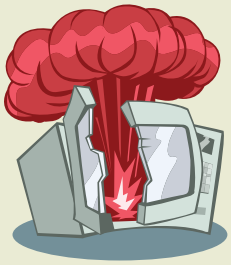
MITO #2

Los microondas no son recomendables para calentar los biberones, pues aunque parezcan frescos al tacto después de calentarlos, el líquido en su interior puede estar extremadamente caliente y quemar la garganta del bebé.

Verdadero: de acuerdo con el último estudio de calidad de microondas hecho por el Laboratorio Nacional de Protección al Consumidor, debido a que el calentamiento que produce el microondas no es siempre uniforme, los fabricantes recomiendan no usarlo para calentar biberones o alimentos para bebés o niños pequeños, ya que puede provocar quemaduras. Si decides hacerlo, te recomendamos mezclar muy bien el líquido para homogenizar la temperatura.

MITO #3

Todo horno de microondas suelta radiación electromagnética, daña el alimento y convierte las sustancias cocinadas en productos tóxicos.



Falso: la energía de los hornos de microondas utiliza una longitud de onda similar a las de radio, televisión y los radares. Esto no hace a la comida radioactiva. Los rayos X y la radiación nuclear son el extremo opuesto del espectro, pero son millones de veces más poderosas, asegura en sus lineamientos el Servicio de Inspección y Seguridad de los Alimentos del Departamento de Agricultura de Estados Unidos.

MITO #4

Calientas agua por unos minutos en tu microondas, sacas el agua, le pones un poco de café y... ¡Bum!: el agua explota echando burbujas a una velocidad impresionante y cae sobre tu piel.

Verdadero: si se sobrecalienta demasiado el agua (más de dos minutos por taza), al abrir el horno de microondas y entrar en contacto con el aire frío del exterior, sí puede estallar por la diferencia de temperaturas. De acuerdo con el Servicio de Inspección y Seguridad de los Alimentos estadunidense, el agua sobrecalentada con microondas también puede explotar en el momento en el que le agregamos café o una simple bolsita de té.

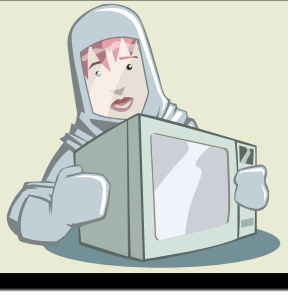
MITO #5

No debemos calentar comida en el microondas usando envases de plástico. La combinación de grasa, calor y plástico haría que se liberen dioxinas (unas toxinas cancerígenas).

Falso, pero ten cuidado: los recipientes de plástico (incluidos los biberones) diseñados especialmente para ser utilizados dentro de hornos de microondas, no liberan sustancias dañinas. Sin embargo, los recipientes de plástico normales no deben utilizarse en el microondas, ya que pueden estar fabricados con materiales que con el calor pueden deformarse y liberar alguna sustancia dañina para las personas.

MITO #6

La fuga de radiación provocada por los microondas puede provocar daños si te encuentras cerca.



Falso, pero ten cuidado: los estándares de calidad indican que la cantidad de energía que puede llegar a fugarse de un horno debe ser mínima, y la que en realidad llega a emanar durante su uso es mucho menor a ese estándar. Se sabe de lesiones causadas por hornos de microondas, pero ninguna es resultado directo de la exposición a la radiación.

YA EN EL INTERIOR DE LA CASA DE CAMPO DE **CONSUMÁN.**

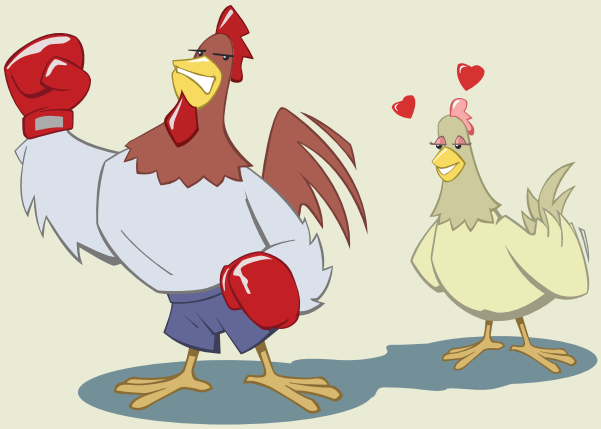
REDIEZ, **CONSU...** ¿POR QUÉ TIENES TANTOS **IMANES** EN EL REFRI? ¿NO SABÍAS QUE CAUSAN CÁNCER?

ESE ES OTRO MITO MUY COMÚN, **DON JOSELITO.** EL **INSTITUTO NACIONAL DEL CÁNCER,** DE ESTADOS UNIDOS, ASEGURA QUE NO EXISTEN PRUEBAS DE QUE LOS IMANES CAUSAN CÁNCER.

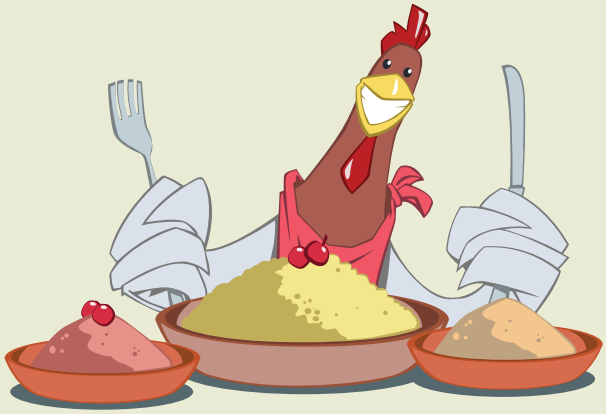
INCLUSO LA **ASOCIACIÓN AMERICANA DEL CÁNCER** TIENE ESTUDIOS QUE INDICAN QUE, BAJO CIERTOS TRATAMIENTOS, APLICAR FUERZAS ELECTROMAGNÉTICAS ES BENÉFICO PARA LOS PACIENTES, YA QUE AYUDA A QUE LOS MEDICAMENTOS SEAN ABSORBIDOS DE FORMA MÁS RÁPIDA POR EL CUERPO.

OYE, **CONS LOS POLLO** CON **HORMO** PIERNAS Y PE ¿ESO

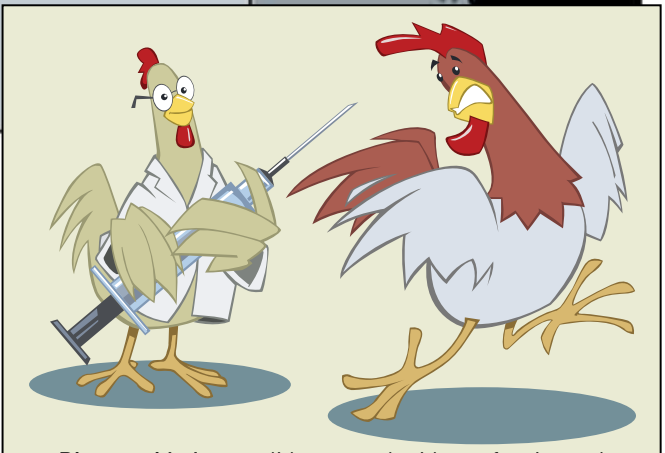
LA RESPUESTA A ESA PREGUNTA SE DIVIDE EN TRES, **DOÑA EUSTAQUIA:**



La selección genética: consiste en cruzar aves "campeonas" con características dominantes para que prevalezcan en la descendencia los genes con ciertas cualidades como desarrollo acelerado, baja mortalidad o conversión de carne (aprovechamiento de los nutrientes para transformarlos en músculo). El mejoramiento genético permite que el ciclo de la producción de pollo se haya acortado entre siete y ocho semanas desde que el pollito entra al criadero hasta que sale al mercado.

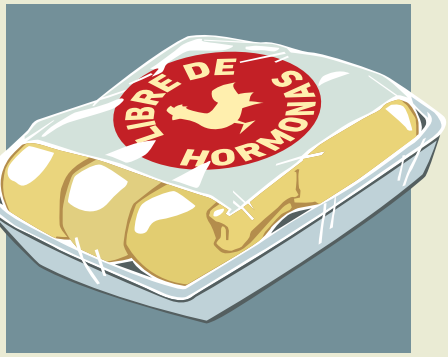


Mejor alimentados: las aves ingieren alimentos balanceados: raciones a base de sorgo, maíz o soya que incluyen vitaminas, minerales, aminoácidos y antioxidantes. Por sugerencia veterinaria se les puede agregar cierto tipo de antibiótico, por ejemplo, cuando hay una reacción posvacunal o para prevenir infecciones derivadas de la carga bacteriana normal de los pollos. Por lo general, este medicamento se aplica a una edad muy temprana (tercera semana de vida), lo que permite que durante el resto de su desarrollo deseche cualquier residuo de su organismo antes de que su carne se procese y esté lista para salir al mercado.

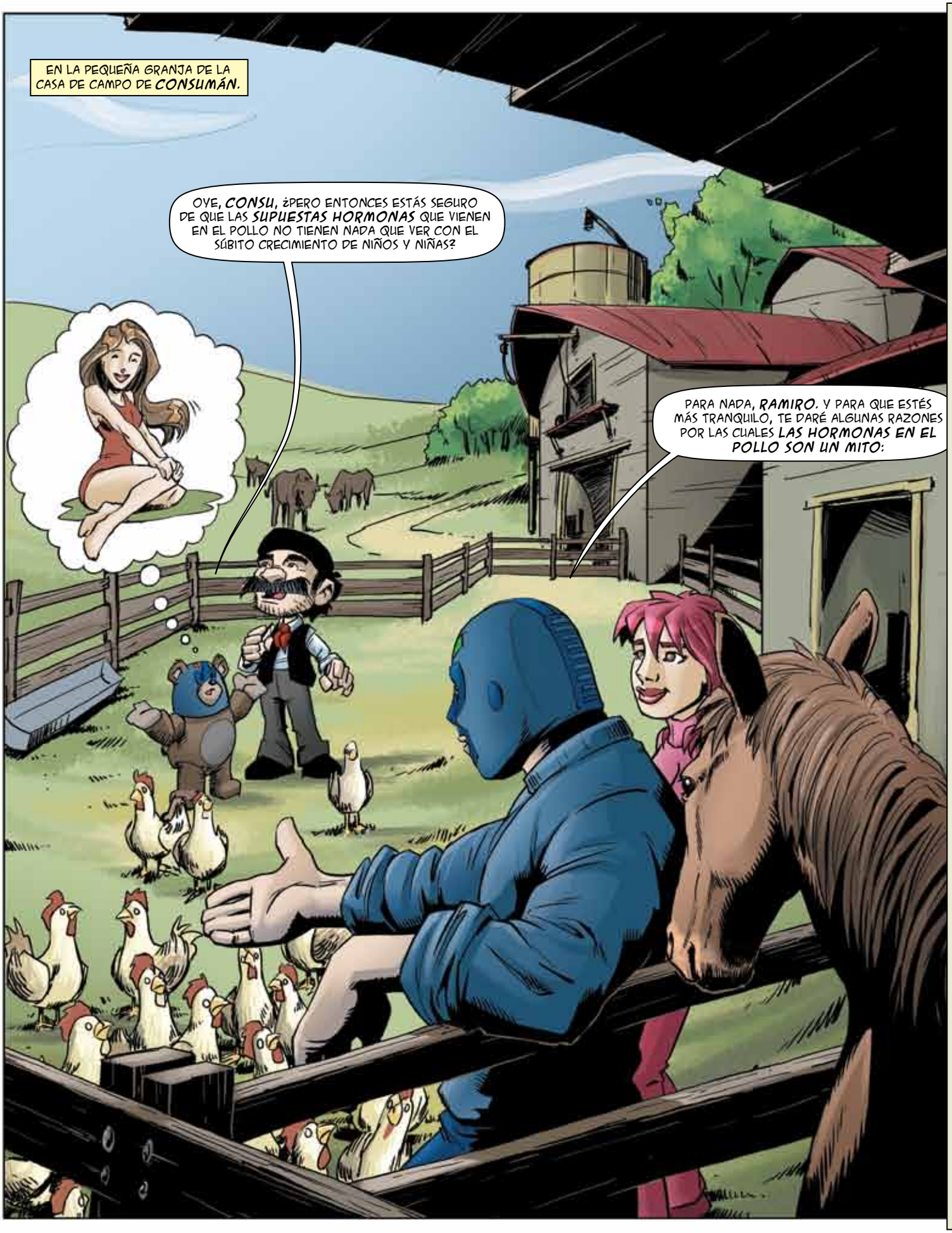


Bioseguridad: a medida que se ha ido perfeccionando la industria avícola, los pollitos se vuelven más susceptibles a enfermedades infecciosas y parasitarias, por lo que se requiere de una estricta vigilancia higiénica en el proceso de producción, que incluye un aislamiento del suelo, ventilación y cantidad adecuada de comedores y bebederos.

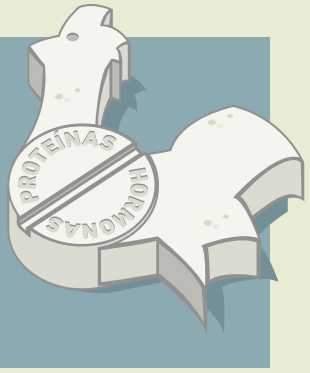
Otra característica es que su costo es más elevado, ya que para su producción se requiere más mano de obra.



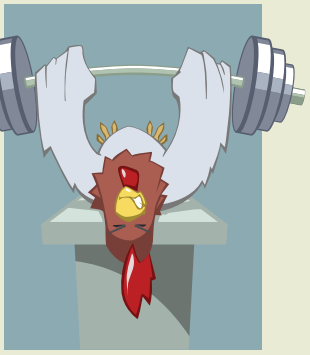
Si en el supermercado encuentras algún producto de pollo que se venda bajo la leyenda "pollo sin hormonas" o "carne de pollo libre de hormonas", no te dejes engañar. Se trata de un truco comercial para atrapar a clientes que aún siguen creyendo en este mito urbano.


EN LA PEQUEÑA GRANJA DE LA CASA DE CAMPO DE **CONSUMÁN.**
OYE, **CONSU**, ¿PERO ENTONCES ESTÁS SEGURO DE QUE LAS **SUPUESTAS HORMONAS** QUE VIENEN EN EL POLLO NO TIENEN NADA QUE VER CON EL SÚBITO CRECIMIENTO DE NIÑOS Y NIÑAS?
PARA NADA, **RAMIRO**. Y PARA QUE ESTÉS MÁS TRANQUILO, TE DARÉ ALGUNAS RAZONES POR LAS CUALES **LAS HORMONAS EN EL POLLO SON UN MITO:**

El ciclo de un pollo de engorda es de 49 días, por tanto, esto hace imposible que una hormona tenga efecto, ya que se necesitarían entre 60 a 100 días después de su aplicación para observar un incremento en el aumento en la cantidad de carne. Sería absurdo suministrar una sustancia con la que los avicultores no alcanzarían a obtener el efecto deseado.



Si las hormonas de crecimiento se consumieran de manera oral a través del alimento, serían rápidamente digeridas y, por lo tanto, no aprovechadas. Aun cuando hubiera algún efecto positivo, necesitarían ser inyectadas vía intravenosa a cientos de miles de aves todos los días. Llevar a cabo esto resulta un escenario logístico imposible.



El empleo de esteroides anabólicos para aumentar la masa muscular en los pollos es inútil. Para que tengan efecto, las aves tendrían que estar sometidas a un entrenamiento físico (como los atletas que utilizan estas sustancias). Los pollos no han volado en los últimos miles de años, lo que significa que la ausencia de ejercicio cancela cualquier beneficio de estas sustancias.

Las hormonas de crecimiento para aves no se producen, ya que su costo sería extremadamente alto. En el caso de que se administrara un miligramo a cada pollo de engorda el costo sería tan alto que superaría el precio mismo del ave, lo cual no tendría ningún sentido desde el punto de vista comercial.

Hay normas oficiales mexicanas que prohíben el uso de hormonas y ciertas sustancias químicas en los alimentos para animales.

Si tienes problemas con algún proveedor o no han respetado tus derechos como consumidor, no dudes en llamar al Teléfono del Consumidor: **5568 8722** desde la zona metropolitana de la Ciudad de México o al **01 800 468 8722,** larga distancia sin costo desde cualquier parte del país.

¡Tu guía de consumo inteligente en internet!

REVISTA DEL CONSUMIDOR EN LÍNEA

• Diariamente subimos contenido en audio y video, así como documentos y publicaciones gratuitas descargables en PDF.

Revista del Consumidor TV
Cápsulas de actualidad en materia de consumo con notas, reportajes, el Platillo Sabio Profeco, la Tecnología Doméstica Profeco y nuestros afamados estudios de calidad.

Tecnología Doméstica Profeco en Revista del Consumidor Radio
Cada semana escucha un producto nuevo para preparar en casa de la mano de Miguel Ángel Meza y la conducción de Fernanda Tapia.

Revista del Consumidor Podcast
Reportajes de tendencias de consumo, con opción a escuchar desde el sitio o suscribirte vía iTunes.

• Participa todos los viernes en el "chat" del sitio, en el que un abogado de **Profeco** te orientará sobre todas tus dudas en problemas que hayas tenido con proveedores.

•Intégrate además a nuestras redes sociales: twitter.com/profeco, youtube.com/profecotv y facebook.com/consumidorinteligente.

Vivir Mejor

revistadelconsumidor.gob.mx

Profeco 35 años contigo

Gobierno Federal

SE

Estados Unidos Mexicanos